

УДК 316.6

Сіпакова Л.А.¹

Кузьмін В.В.²

¹ студ. гр. СНз-112м НУ «Запорізька політехніка»

² канд. соц. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

СХИЛЬНІСТЬ ПІДЛІТКІВ ДО АУТОАГРЕСІЇ ЯК ПРОЯВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

Аутоагресія є широко поширеним явищем в підлітковому середовищі (35-40%). У підлітковому віці аутоагресивна поведінка найчастіше пов'язана з стресом, депресією або тривожними розладами. Американські лікарі підрахували, що біля 30% дітей у підлітковому віці принаймні раз у житті навмисно завдавали собі тілесних ушкоджень, частина з них робила це декілька разів. За статистикою, кожен 19 підліток віком від 14 до 18 років думає про самогубство. Згідно з даними Держстату, загалом у 2021р. в Україні від самоушкоджень загинуло 9354 дитини, у 2022р. – 9798 підлітків. Схильність підлітків до аутоагресії як прояв девіантної поведінки відрізняється від інших форм деструктивної поведінки своїм агресивним виходом за загальноприйняті соціальні рамки. Самоушкодження зазвичай починається в підлітковому віці між 12 і 14 роками. Причини, за якими підлітки наносять собі травми, дуже різні, як і форми аутоагресії. Нерідко самоушкодження використовується як метод регулювання емоцій, щоб перервати небажані почуття та стани напруги і таким чином відчуті полегшення. В інших випадках фізична травма служить для припинення так званого дисоціативного досвіду. При цьому, у формуванні аутоагресивної поведінки у підлітків поважну роль грають специфіка виховання і якість дитячо-батьківських відносин. Зазвичай аутоагресивність підлітків спостерігається в сім'ях, що ухиляються від емоційного контакту з дитиною або відносяться з ворожістю до неї. Особливо серйозні форми аутоагресії виявляються у підлітків, які виховуються у неблагополучних сім'ях.

Безпосередньою причиною аутоагресії підлітків є розрядка психічної напруги, відволікання уваги від нестерпного душевного страждання (часто незрозумілого для того, хто його відчуває) шляхом концентрації на відчуттях, які, на відміну від важких емоцій, можна контролювати. Слід зауважити на те, що підліткова аутоагресія також може стати інструментом досягнення різних цілей (найчастіше це повідомлення, адресоване іншим людям за допомогою якого можна висловити своє страждання, привернути увагу оточення).

Існує кілька форм аутоагресивної поведінки підлітків, які можна класифікувати за ступенями тяжкості: легка аутоагресія – поведінка, яка призводить до незначної власної фізичної шкоди та має низьку інтенсивність; середня аутоагресія – поведінка, що призводить до впізнаваних травм середньої важкості; важка аутоагресія – це поведінка з важкими наслідками (самокаліцтво, суїцид), що можуть призвести до небезпечних для життя травм [3].

Результати дослідження спеціалізованої наукової літератури свідчать про те, що існують відмінності у видимості проявів аутоагресивної поведінки підлітків, а саме: відкрите самоушкодження (включає в себе випадки аутоагресії, коли підлітки завдають собі видимі ушкодження на очах у інших, а також тих дітей, хто відкрито обговорює свої травми в бесідах з лікарями та психологами); таємне самоушкодження – аутоагресивна поведінка, коли дитина заперечує або приховує акт самоушкодження (навіть коли їй задають конкретні запитання).

У більшості випадків аутоагресивна поведінка підлітків пов'язана з надзвичайно важкими та стресовими переживаннями. Слід зазначити на те, що більшість дітей у підлітковому віці вже досягають емоційної стабільності, тому зазвичай аутоагресивна поведінка сигналізує про серйозну проблему – пережиту психічну травму, складне сімейне становище дитини чи відхилення у розвитку. Найпоширенішими причинами аутоагресивної поведінки підлітків є: пережита психічна травма (найпоширенішими джерелами травми є: втрата одного з батьків – у результаті смерті, розлучення, тривала розлука з батьками, що працюють за кордоном або знаходяться на фронті, психологічне та фізичне насилля в родині, залякування та неприйняття однолітками, важка ситуація вдома), проблема з адаптацією до змін, фізичне та психологічне насильство над дитиною (сексуальне насильство, звалтування, жорстоке поводження або сексуальні домагання з боку однолітків або дорослих поза домом та ін.). Самокалічення часто йде рука об руку з анорексією. При цьому, самоушкодження приносить лише тимчасове полегшення, але не вирішує проблеми, а лише погіршує і без того складну ситуацію. Входячи в побудовану схему зниження емоційної напруги, підлітки не шукають інших, раціональних рішень проблемних ситуацій і

потрапляють у замкнуте коло деструктивної девіантної поведінки. Додатковим чинником, що посилює ризик розвитку аутоагресивної поведінки підлітків, є компанія, яка вважає таку поведінку належною, нормальною або навіть прославляє її.

Ефективним засобом допомоги підліткам в подоланні аутоагресії є навчання формуванню та використанню безпечних й конструктивних стратегій подолання напруги засобами психокорекції. Мета психокорекційних занять полягає в тому, щоб навчити дітей конструктивно вирішувати існуючі проблеми та повідомляти про свої потреби соціально прийнятним способом (а не через самоушкодження).

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бочаріна Н.О. Психологія особистості: навчальний посібник. Переяслав-Хмельницький, 2014. 188 с.
2. Психологія особистості: підручник, / 3-тє вид., перероб., доповн. за ред В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
3. Eckhardt A. Autoagresja. Wydawnictwo WAB, Warszawa 1998.